Η Ιωάννα Κολιακουδάκη με DNA από πατέρα πρωταθλητή και μητέρα λάτρη του κλασικού αθλητισμού, ακολούθησε απλά το φυσικό της ταλέντο. Ασχολήθηκε από μικρή με τη ρυθμική γυμναστική, το στίβο, το μπάσκετ , το σύγχρονο μπαλέτο, και όπως ήταν αναμενόμενο οι σπουδές της συνεχίστηκαν στον τομέα της φυσικής αγωγής στην GRafts Hellas. Εργάστηκε ως personal trainer, group trainer και συνεργάστηκε με μεγάλα γυμναστήρια της Αθήνας και του Πειραιά.

Ύστερα  από συνεχή ταξίδια στην Ινδία για παρακολούθηση μαθημάτων από σημαντικούς δάσκαλους της γιόγκα απέκτησε τον παγκόσμια αναγνωρισμένο τίτλο σπουδών Yoga “Master Yoga & Meditation Teacher (750h).

Τα τελευταία 6 χρόνια είναι η ιδιοκτήτρια του κέντρου Yoga Pilates "The Tree Of Life Center " στην περιοχή του Μοσχάτου.

Τα τελευταία 2 χρόνια είναι διευθύντρια του εκπαιδευτικού προγράμματος “Vinyasa Flow Teacher Training 200h” της BFS Academy.

Παράλληλα είναι Brand Ambassador της Russel Athletic στην Ελλάδα και  μόνιμη συνεργάτης στον τομέα γυμναστικής στο γυναικείο portal της Τατιάνας Στεφανίδου [www.Tlife.gr](http://www.tlife.gr/).